



Zentrum P.U.U.N.
Project Universal Union Network

Bürozeiten
Montag 14:00 – 17:00, Dienstag 9:00 – 13:00, Donnerstag 14:00 – 17:00, Freitag 14:00 – 16:00
Telefon (01) 212 04 88

März 2026

Yoga

Montag	2.3., 9.3. und 23.3. mit Ingelore	9.00 Ankommen 9.15 - 10.30
Freitag	6.3. und 13.3. mit Mara, 27.3. mit Seda	9.45 Ankommen 10.00 - 11.15
Sonntag	1.3. mit Julia	10.15 Ankommen 10.30 – 12.00
Sonntag	15.3. mit Ingelore	15.45 Ankommen 16.00 - 17.30

Weitere Veranstaltungen

Mo	2	o Multidimensionale Meditation mit Barbara o Heilsamer Ägyptischer Tanz mit Doris	10.45 Ankommen 11.00 – 12.15 19.15 – 20.30
Di	3	Spieleabend	Ab 18.00
Do	5	Trance-Café mit Bildern von Schamaninnen, Heilerinnen und Priesterinnen und ihre Geschichte mit Hermine	18.30 – 20.30
Fr	6	o 21 Ebenen Meditation mit Barbara o Kernprogramm-Aktivierung - live & online - mit Ulrike	11.30 Ankommen 11.45 – 13.00 19.00 – 21.00
Sa	7	Kraft der Weiblichkeit - Rituelle Körperhaltungen zu Herzkraft mit Hermine	9.45 – 14.00
Mo	9	Multidimensionale Meditation mit Barbara	10.45 Ankommen 11.00 – 12.15
Di	10	TRE – Stress und Traumalösung durch neurogenes Zittern mit Ulrike	19.00 – 20.15
Do	12	Gemeinsames Mantra Singen mit Anette	18.00 – 19.30
Fr	13	Multidimensionale Meditation mit Barbara	11.30 Ankommen 11.45 – 13.00
Sa	14	Handauflegen Alohim Methode mit Barbara	11.00 – 15.00
Mo	16	Multidimensionale Abendmeditation mit Barbara	18.45 Ankommen 19.00 – 20.15
Fr	20	Solokonzert: Frühlingserwachen mit Harfenistin und Komponistin Monika Stadler	18.45 Ankommen 19.00 Beginn
Sa	21	Handauflegen Alohim Methode - Selbstbehandlung Aktualisierung - nur online – mit Ulrike	18:00 - 20:00
Mo	23	o Multidimensionale Meditation mit Barbara o Geistig-spirituelle Haltungen und Pulverspüren mit Barbara	10.45 Ankommen 11.00 – 12.15 19.00 – 22.00
Di	24	21 Ebenen Meditation – live & online – mit Ulrike	19:00 - 20.15
Do	26	Gemeinsames Klingen mit Instrumenten mit Anette	18.00 – 19.30
Fr	27	Multidimensionale Meditation mit Barbara	11.30 Ankommen 11.45 – 13.00
So	29	Entspannungs- und Selbstregulationsübungen für den Vagus-Nerv mit Ulrike	11:00 - 12:30

Anmeldung erbeten:
Email zentrumpuun@aon.at Telefon (01) 212 04 88
Zentrum P.U.U.N., Komödiengasse 1, 1020 Wien,
www.aac-spiritual.com